

Therapie und Prophylaxe

Patienteninformation OSTEOPOROSE / DXA Schützen Sie ihre Knochen!



Therapie und Prophylaxe:

Je nach Ergebnis und Gesundheitszustand gestaltet sich die weitere Behandlung. Sport, ausgewogene Ernährung und ein verantworlicher Lebensstil beinflussen die Entstehung und den Verlauf der Osteoporose. Nahrungsergänzungsmittel und der leitliniengerechte Einsatz von verschreibungspflichtigen Medikamenten ergänzen die Therapie. Regelmäßige DXA Kontrollen werden empfohlen.

Lassen Sie Ihr Osteoporoserisiko testen. Vereinbaren Sie einen Termin. Wir beraten Sie gerne!



Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie • D-Arzt

Sägemühlenstr. 5 29221 Celle

Tel.: 05141. 3 05 26 60 Fax.: 05141. 3 05 26 62 Mail: info@orthopraxis-celle

Mail: info@orthopraxis-celle.de Web: www.orthopraxis-celle.de Sprechzeiten

Mo·Di·Do 8-12 Uhr 14-18 Uhr

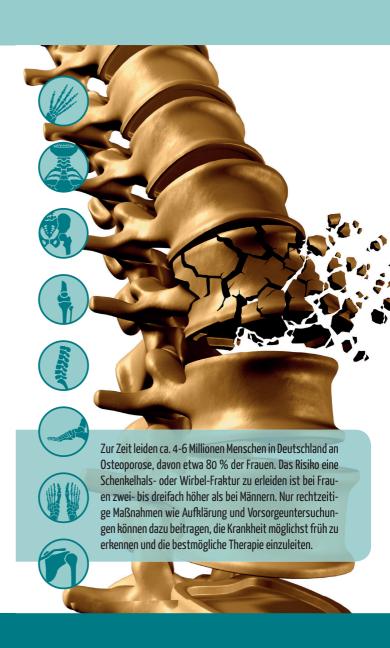
Mi • Fr 8-14 Uhr und nach Vereinbarung

Alle Kassen, Privat und BG Manuelle Medizin/Chirotherapie

Kindersprechstunde

BG-Notfalltelefon: 0176. 37 36 07 36

Mo • Di • Do 12-14 Uhr





Osteoporose und Untersuchung



Osteoporose -Risikofaktoren - Fragebogen

Übersetzt bedeutet Osteoporose "poröser Knochen". Es handelt sich um einen Verlust an Knochenmasse und eine Veränderung der Knochenstruktur. Dies führt somit zu einer erhöhten Brüchigkeit. Bei Osteoporose ist die Anzahl der Knochenbälkchen im Knocheninneren (Spongiosa) und deren Verknüpfung vermindert. Auch die äußere Knochenschicht (Kortikalis) ist oft dünner als bei gesunden Knochen. Daher haben betroffene Patienten ein größeres Risiko bei Stürzen oder im Zusammenhang mit alltäglichen Tätigkeiten (wie z.B. Heben oder Tragen) einen Knochenbruch zu erleiden. Typische osteoporose-assoziierte Knochenbrüche ereignen sich am Handgelenk, am Oberschenkelhals und im Bereich der mittleren / unteren Wirbelsäule und heilen häufig auch schlechter.





Gesunder Knochen

Osteoporotischer Bruch

Knochendichtemessung (Osteodensitometrie / DXA)

Die Messung erfolgt mit einer speziellen strahlungsarmen Untersuchungstechnik. Die ermittelte Knochendichte (BMD – Bone Mineral Density) lässt Aussagen über das Risiko zu, im Vergleich zu einem gesunden Knochen, einen Knochenbruch zu erleiden. Die Knochendichtemessung ermöglicht einen frühzeitigen Nachweis von Knochenmasseverlust. Außerdem dient sie der Überprüfung des Therapieeffektes bei einer laufenden medikamentösen Osteoporosetherapie. Die Standardmethode ist die DXA (Dual Energy X-Ray Absorptiometry) Knochendichtemessung. Die DXA-Messung wird routinemäßig an der Lendenwirbelsäule und an der Hüfte durchgeführt.

	Ja	Nein
Hatte jemand in ihrer Familie eine Schenkelhals-Fraktur?		
Stürzen Sie oft ohne Einwirkung äußerer Kräfte?		
Haben Sie nach einem leichten Sturz einen Knochenbruch erlitten?		•
Haben Sie plötzliche und über Wochen anhaltende Rückenschmerzen?		
Sind Sie mehr als 4 cm kleiner geworden?		
Leiden Sie an Untergewicht - Body Mass Index <20?		
Haben Sie ungewollt mehr als 10 % Körpergewicht verloren?		
Wurden Sie länger als 3 Monate mit Kortisonpräparaten behandelt?		
Rauchen Sie?		
Trinken Sie mehr als 1/4 Liter Wein oder mehr als 1/2 Liter Bier pro Tag?		
Benötigen Sie Hilfe, um von einem Stuhl aufstehen und gehen zu können?		
Waren Sie mehrere Monate bettlägerig oder saßen im Rollstuhl?		
Sind Sie auf Gehhilfen angewiesen?		
Wurde bei Ihnen ein Mangel an Geschlechts-Hormonen festgestellt?		
U U C' L ' L - L - L L ' L L' M 2		

Je häufiger Sie mit ja antworten, desto größer ist Ihr Osteoporose-Risiko. Für eine weitere Abklärung und Beratung sprechen Sie uns an!

Hatten Sie bereits vor dem 45. Lebensjahr die Menopause?

Vertragen Sie keine Milch oder Milchprodukte?